

## **Merkblatt Orthomolekularmedizin (OM)**

Wer krank ist, möchte nur zu gerne eine Behandlung bekommen, die keine unerwünschten Nebenwirkungen hat. Besonders dringlich ist dieser Wunsch bei chronisch Kranken, die oft über lange Zeit, mitunter lebenslang, Medikamente nehmen müssen. Wenn die Behandlung einer Krankheit als Folge eine andere Krankheit hervorruft usw., entsteht rasch ein Teufelskreis. Daher sind Alternativen gefragt. Neben verschiedenen schon länger bekannten phytotherapeutischen, homöopathischen oder nderen komplementärmedizinischen Verschreibungen werden vermehrt auch hochdosierte **Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Enzyme usw.** verordnet. Diese Substanzen, die der Körper aus seinem eigenen Stoffwechsel kennt, sind die **Therapeutika der OM (Orthomolekularmedizin)**. Linus Pauling aus den USA, „Gründer“ dieser therapeutischen Richtung, erhielt den Nobelpreis für die Aufdeckung von Zusammenhängen zwischen gesundheitlichen Störungen und verschobenen, aus dem Gleichgewicht geratenen Konzentrationen von Mikronährstoffen im menschlichen Körper.

In Amerika wird die OM bereits seit über 40 Jahren von Ärzten erfolgreich angewendet, hierzulande ist sie vielen MedizinerInnen leider nach wie vor suspekt, obwohl sie ebenso auf die Naturwissenschaften ausgerichtet ist wie die Schulmedizin und obwohl es inzwischen zur Wirkweise einer Reihe orthomolekularer Stoffe eine Vielzahl klinischer Studien gibt – randomisiert, doppelblind, plazebokontrolliert, wie es die ‚evidence based medicine‘ verlangt. Deshalb sind **Untersuchungen, diagnostische Laboranalysen und Verordnungen im Rahmen orthomolekularmedizinischer Behandlung in der Regel bei den gesetzlichen Krankenversicherern derzeit nicht erstattungsfähig.**

Wer also auf diese sanfte Medizin setzen will, muss leider das meiste selbst bezahlen. Dafür weiß er aber, dass orthomolekulare Verordnungen in der Regel keine Nebenwirkungen haben. Sie führen dennoch in vielen Fällen zu anhaltenden Verbesserungen bzw. Heilungen, weil sie nicht Symptome, sondern Ursachen behandeln. Orthomolekulare Substanzen (sog. Mikronährstoffe) wirken ausschließlich über die Verstärkung der körpereigenen Heilungsmechanismen bzw. regulierende Steuerung der normalen Stoffwechselabläufe. Was unser Körper von Natur aus kann, nämlich Krankheitserreger abwehren, Verletzungen reparieren, Gifte eliminieren, Organfunktionen regenerieren: kurz all das, was uns trotz aller Angriffe auf unsere Gesundheit am Leben erhält, wird durch die Zufuhr der passenden orthomolekularen Mikronährstoffe optimiert.

### **Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs, Zuckerkrankheit, Rheuma, Osteoporose, Bluthochdruck – Was haben diese Krankheiten gemeinsam?**

Falsche Ernährung über einen langen Zeitraum ist einer ihrer wesentlichen Mitverursacher. Der größte Teil der chronischen Erkrankungen, die in Europa Menschen das Leben schwer (und der Volkswirtschaft teuer) machen, ist die Folge von jahrelang konsequent begangenen Ernährungsfehlern. Auch in der OM gehört die Änderung solcher Ernährungsfehler daher zum Behandlungsprogramm. Sie verwendet ja keine „Wundermittel“, sondern in einem langsamen Prozess der gezielten Beeinflussung wird der gestörte, durcheinander geratene Stoffwechsel neu reguliert und so die Linderung oder sogar Heilung der Grunderkrankung in Gang gebracht.

Auch präventiv kann der Stoffwechsel zur Verringerung eines erhöhten Erkrankungsrisikos mit orthomolekularen Substanzen erfolgreich beeinflusst werden.

Weil die OM aber nicht bei Symptomen ansetzt – 1 Symptom/1 Wirkstoff dagegen –, sondern bei den gewöhnlich komplexen Ursachen der Erkrankung, gilt als Grundregel für den Einsatz orthomolekularer Substanzen:

- die richtige (oft hohe) Dosierung **PLUS**
- die langfristige Anwendungsdauer **PLUS**
- die richtige Kombination von (orthomolekularen) Substanzen

### **Worauf Sie sich als Patient einstellen sollten:**

In seinem Beitrag „Orthomolekulare Medizin: Versuch einer Standortbestimmung“ (Naturheilpraxis 06/2004) fasst Dr. Gerhard Brand, München, die Schritte einer orthomolekularen Untersuchung und Behandlung tabellarisch zusammen:

#### **(1) Anamnese mit Familienanamnese**

eigene Vorerkrankungen

familiäre Belastungen: Herz-Kreislauf, Diabetes, Krebs, Allergien?

Ernährungs- und Lebensgewohnheiten

aktuelle und chronische Beschwerden

Zeitaufwand: 10 – 20 Minuten

#### **(2) Untersuchung**

Ganzkörperstatus:

Mundinspektion: Parodontose? Karies? Tonsillen?

Hals: Struma? Lymphknoten?

Thorax: Herz/Lunge: Perkussion, Auskultation, RR-Messung, ggf. EKG, Fußpulse?

Abdomen: Palpation: Leber, Darm; Percussion: Nierenlager;

Hautinspektion: Mykosen? Naevi?

Bewegungsapparat: Körperhaltung, Wirbelsäule, Gelenke, ggf. Reflexstatus

Zeitaufwand: ca 10 Minuten

#### **(3) Klinisches Labor**

BKS, großes Blutbild und Standardscreening: Elektrolyte, Leberwerte, LDH, HDL- und LDL-Cholesterin, Triglyceride, HbA1c, Homocystein, Selen, Zink, CRP quant., Lp(a), Kreatinin, Harnstoff, Harnsäure, Urinstatus (Stix), Elektrophorese

#### **(4) Differentialdiagnose**

von Fall zu Fall:

Vitaminstatus

Mineralstoffanalyse (Vollblut)

Immunstatus

Hormonstatus

Tumormarker

ggf. Infektionsserologie: EBV, CMV, HSV (Herpesvirus 1,2), Borreliose- und Helicobacter-Antikörper zum Ausschluss der häufigsten, chronisch latenten Infektionskrankheiten mit möglicherweise fatalen Spätfolgen

#### **(5) Resümee**

Ausführliche Anamneseerhebung, klinische Untersuchung und eine differenzierte Labordiagnostik ermöglichen in der Regel die Erhebung relevanter Diagnosen, individueller Risikoprofile und damit die Erstellung eines Langzeittherapieplanes.“

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie sich zu einer orthomolekularmedizinischen Behandlung entschließen sollen, noch ein Hinweis: Viele, die heute als Ärzte und Therapeuten diese Medizin einsetzen, stießen selbst als Patienten darauf und wollen Ihnen weitergeben, wodurch sie selbst gesund wurden.